

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

# Kalli's Montagspost

Ausgabe 7/2019 28. März 2019

Die beliebte Montagspost wird in dieser Ausgabe nicht wie üblich von Kalli selbst geschrieben, sondern von Thorsten Kämpfer. Wir freuen uns, dass Kalli mit der Goldenen Ehrennadel des Deutschen Leichtathletikverbandes ausgezeichnet wurde. Darüber wollen wir an dieser Stelle ausführlicher berichten.

### Deutscher Leichtathletikverband ehrt Karl-Heinz Besting mit der Ehrennadel in Gold!



1 Mit Kalli freuen sich Dieter Rotter (links) und Michael Kluge (rechts) über die Auszeichnung

Es gibt im Sport zahlreiche motivierte Personen, die sich für ein Sportart begeistern und sich innerhalb einer Mannschaft, Gruppe oder Abteilung engagieren. Darüber hinaus gibt es zahlreiche Personen, die aber für ihre Sportart geradezu ‚brennen‘ und sich über das normale Maß hinaus begeistern. Es gibt aber nur wenige Personen in NRW, die für ihre langjährigen Verdienste und ihre Begeisterung für die Leichtathletik mit der Golden Ehrennadel des Deutschen Leichtathletikverbandes geehrt werden. Umso mehr freuen wir uns, dass Kalli diese Auszeichnung erhalten hat und die Presse bereits darüber berichtet hat. Seine Begeisterung für die Leichtathletik lebt Kalli voll und ganz aus. Die Freude bei den Kindern, wenn sie Kalli erblicken ist groß.

## Leichtathletik Olpe

### Freude erleben

Und wenn sie ihn ‚testen‘ und mit erwartungsfrohen Augen ihn fragen, ob er ihren Namen kennt, dann geht Kalli in Sekunden seine interne Namensdatei durch und antwortet lachend: „Na klar, Du bist die liebe (Maja)!“ und könnte zudem noch alle Bestleistungen und Erfolge mitteilen.

Bezogen auf das leichtathletische Angebot waren noch vor wenigen Jahren der Turnverein Olpe und der Skiclub Olpe mehr oder weniger Konkurrenten. Beide Vereine haben aber erkannt, dass eine Zusammenarbeit wertvoll und für die Entwicklung der Leichtathletik in Olpe von Vorteil ist und somit ‚firmiert‘ man mittlerweile unter „Olper Leichtathletik“. Kalli war und ist in den vergangenen Jahren ein Motor für die gute Entwicklung der Leichtathletik nicht nur in Olpe. Wir dürfen an dieser Stelle einmal sagen, wie harmonisch, wertvoll und konstruktiv die Zusammenarbeit zwischen dem Skiclub Olpe (vertreten durch Kalli) und dem Turnverein Olpe (vertreten durch Thorsten Kämpfer) ist.

In Würdigung seiner Leistung haben wir mit Kalli ein Interview geführt.

*Lieber Kalli, mit Datum vom 23. März dieses Jahrs hat der Deutsche Leichtathletikverband dir die Goldene Ehrennadel des Deutschen Leichtathletikverbandes verliehen. Wir gratulieren Dir zu dieser Auszeichnung sehr herzlich. In welchem Rahmen hat man dir die Urkunde und Ehrennadel überreicht?*

Vielen Dank für die Gratulation. Die Auszeichnung geschah am Samstag im Rahmen der Frühjahrstagung der Vorsitzenden der Kreisleichtathletik im SportCenter Kaiserau. Bei diesen Tagungen des FLVW, es gibt eine Frühjahrstagung und eine Herbsttagung, gibt es regelmäßig einen Tagesordnungspunkt „Ehrungen“. Da geht es zumeist um runde Geburtstage und um Ehrungen auf Verbandsebene, seltener um eine Ehrung durch den DLV. Die Verleihung der Goldenen Ehrennadel des DLV kommt nicht so häufig vor, sie ist etwas Besonderes und entsprechend wertvoll. Ich war zunächst überrascht, dass so eine wertvolle Auszeichnung ins kleine Olpe geht.



*In der Ehrenordnung der DLV steht, dass ehrenamtliche Mitarbeiter geehrt werden können, die mindestens sechzehn Jahre für deutsche Leichtathletik gewirkt haben.*

*Gib uns doch bitte einen Überblick über deine Tätigkeiten für die LA in der Stadt Olpe, dem Kreis sowie dem Landesverband!*

Zunächst einmal bin ich Vorsitzender des Ski-Club Olpe, dem ich seit 1986 in verschiedenen Vorstandsämtern angehöre. Die Stadionleichtathletik des SCO gibt es seit rund 18 Jahren. Im Jahr 2009 kam es zum engen Bündnis der beiden Leichtathletikabteilungen des TVO und des SCO, aus der sich bis heute eine echte Erfolgsstory entwickelt hat. Seit 2007 bin ich Mitglied im Kreisleichtathletikausschuss und seit 2013 dessen Vorsitzender. In dieser Funktion bin ich im ständigen Kontakt mit den Mitarbeitern des Landesverbands FLVW und des Verbandsausschusses und versuche, sie für die Unterstützung unserer Ziele und Anliegen zu gewinnen.

*Du bist mit Leib und Seele der Leichtathletik verbunden. Wann und in welcher Form hat sich diese Begeisterung bei dir entwickelt?*

Die Wurzeln der Leichtathletik in meinem Verein, dem Ski-Club Olpe, gehen auf die Jahre 1996/ 1997 zurück. Der Lauftreff mit dem Standort in der Kimicke war damals recht groß und auf mehr als 150 Teilnehmer angewachsen. Was fehlte, war ein Kinderlauftreff. Den habe ich seinerzeit gegründet. 2001 kamen Ideen mit dem Ziel einer größeren Vielseitigkeit auf.

Also zogen wir von der Kimicke ins Kreuzbergstadion und gleich im ersten Winter in die Olper Sporthallen.

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

Die Trainingsgruppe war damals noch recht klein, wuchs jedoch schnell. Die Entscheidung erwies sich als richtig. Meine wichtigste Mitarbeiterin war schon damals Ulrike Giese. Wir haben beide schon im frühen Stadium unseres Aufbaus der Kinderleichtathletik gemerkt, wieviel Freude es macht, Kinder sportlich und in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu fördern.



*Wenn wir mit Dir über deine Ehrung sprechen so wird deutlich, dass Du diese Ehrung nicht für dich allein in Anspruch nimmst, sondern diese Ehrung stellvertretend für die Trainerrinnen und Trainer sowie Helferinnen und Helfer der Olper Leichtathletik entgegengenommen hast. Wie siehst Du die Zusammenarbeit zwischen den Beteiligten?*

„Einigkeit macht stark“! In dieser eher banal und abgegriffen anmutenden Aussage steckt viel Substanz. Nur wenn sich alle Beteiligten einig sind über die gemeinsamen Ziele und über die Wege, wie man sie erreicht, kann der Erfolg gesichert werden. Zu den Beteiligten in der Olper Leichtathletik, die sich in diesem Sinne engagieren, zählen wirklich alle, die Sportler, die Trainer und Sporthelfer, die Kampfrichter, die sonstigen regelmäßig und unregelmäßig tätigen Helfer, die Vereinsfunktionäre und vor allem die Eltern. Die vertrauensvolle und engagierte Zusammenarbeit auf allen Ebenen ist eine der großen Stärken der Olper Leichtathletik.

*Der DLV hat dir die Ehrung auch in Anerkennung für deine Arbeit mit den Athletinnen und Athleten verliehen, die seit Jahren hervorragenden Leistungen zeigen. Top-Platzierung bei Kreis- und Westfalenmeisterschaften sowie gute bis sehr*

*gute Leistungen auf Bundesebene. Skizziere doch bitte das Erfolgskonzept, welches die Olper LA verfolgt!*

In unserer täglichen Trainingsarbeit legen wir größten Wert darauf, dass sich alle in unseren Trainingsgruppen wohlfühlen. Das funktioniert am ehesten innerhalb einer guten Gemeinschaft. Darüber hinaus sind Lob und Anerkennung sowie altersgerechtes Fördern und Fordern die wichtigsten Werkzeuge eines jeden Trainers. Nur in einem guten Klima sind die Kinder und Jugendlichen mit Freude bereit, die Trainingsstunden regelmäßig, konzentriert und zielorientiert mit zu gestalten. Diese wichtigsten Leistungsvoraussetzungen schaffen nur Trainer mit einer hohen Sozialkompetenz. Weitere wichtige Kompetenzen sind die Sachkompetenz und die Methodenkompetenz. Mit der Auswahl unserer Trainer haben wir bisher in Olpe großes Glück gehabt.



*Deine Einsatzstunden für die Leichtathletik zählst Du bestimmt nicht, aber eine 40- bis 50-Stunden-Woche wird es schon sein. Was sagt deine liebe Frau Dorothe dazu, dass Du häufig auch am Wochenende ganztägig unterwegs bist?*

Ohne die Unterstützung von Dorothe wäre meine Arbeit nicht möglich. Dorothe ist ebenfalls sportlich und ehrenamtlich aktiv und bringt deshalb für meine Arbeit viel Verständnis auf.

*Die Olper LA ist ja eine Verbindung zwischen Ski-Club Olpe und Turnverein Olpe. Auf der administrativen Ebene klappt diese Verbindung hervorragend. Es vergeht kein Tag, an dem nicht mindestens fünf Mails zwischen Dir als Vertreter des SCO und dem Abteilungsleiter für die LA beim TVO hin und her gehen. Was zeichnet aus deiner Sicht diese Verbindung aus?*

## Leichtathletik Olpe

### Freude erleben

Der E-Mail-Austausch und notwendige telefonische Abstimmungsvorgänge beschränken sich nicht nur auf den Abteilungsleiter des TVO, sondern finden darüber hinaus auch direkt mit der Geschäftsstelle des TVO statt.

Die Zusammenarbeit ist stets vertrauensvoll, verständnisvoll und unkompliziert. Als Vorsitzender der Ski-Club bin ich seit längerem auch Mitglied im TVO, und dies gerne. Dies gilt auch in umgekehrter Richtung (Anmerkung der Redaktion).

*In Zeichen stärkerer populistischer Aussagen gegenüber Randgruppen und nationalistischer Tendenzen ist der Sport ein Verbindungsglied zwischen den Kulturen. Welche Bedeutung hat die Leichtathletik in Olpe hierbei?*

Gemeinsam Sport zu treiben schafft Brücken zwischen den Kulturen. Als verantwortliche Trainer und

Vereinsfunktionäre üben wir eine wichtige Vorbildfunktion für die uns anvertrauten Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen aus. Wir begegnen allen Menschen, mit denen wir im Rahmen unserer sportlichen Aktivitäten in Kontakt kommen, mit Respekt und Freundlichkeit.

*Abschließende Frage: „Wenn Du Eltern sagen wolltest, warum ihre Kinder zur Olper Leichtathletik kommen sollten, was würdest Du ihnen mitteilen wollen?“*

Ich würde ihnen sagen, dass die olympische Kernsportart Leichtathletik ungemein vielseitig ist und für jedes Kind etwas bereits hält, was er kann und gerne macht. Und dass ihre Kinder sicherlich bald viele neue Freunde finden werden.



### Mit der Olper Leichtathletik die Sommerferien verbringen!



Seit über 20 Jahren bietet der TV Olpe in den Sommerferien betreute Kinder- und Jugendreisen an. Seit mehreren Jahren auch in den Winterferien und zudem in Kooperation mit dem SC Olpe. Mittlerweile fahren auch zahlreiche Leichtathletinnen und Leichtathleten mit. In diesem Jahr bieten wir u. a. eine Reise für 11- bis 15jährige nach Savudrija in Kroatien. *Wir fahren vom 03.08. bis 17.08.19 – das ist zwischen Olper Schützenfest und Kirmes in Wenden!*

Savudrija ist ein kleiner Badeort in Kroatien an der Nordwestspitze der Halbinsel Istrien und liegt direkt an der kroatischen Adria. Am kleinen Fischerhafen befinden sich einige Restaurants und Cafés und bieten die perfekte Location für einen Drink oder Snack zwischendurch. In und um Savudrija werden außerdem diverse Sportmöglichkeiten angeboten, wie z.B. Schnorcheln, Kajaktouren, ein Schnupperkurs in Tauchen, Beachvolleyball, Basketball und Biken. Da wird niemandem langweilig!





# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

Wir bewohnen eine Bungalowanlage, die Teil eines Campingplatzes ist. Dieser liegt direkt am kristallklaren Meer, wo viele kleine Buchten zum Baden einladen. Zur Ausstattung der Anlage gehören verschiedene Sportplätze, ein Restaurant, eine Snackbar, ein kleiner Shop. Das Restaurant versorgt uns die zwei Wochen täglich mit Frühstück, Abendessen und einem Mittagssnack.

Wir schlafen in großzügigen Holzbungalows, die mit 2 Schlafräumen und jeweils 3 Doppelstockbetten ausgestattet sind. Außerdem befindet sich in jedem Zimmer ein Schrank und eine kleine Ablage. Für die tägliche Hygiene stehen die nahegelegenen Sanitäranlagen des Campingplatzes zur Verfügung. Am Strand gibt viele sportliche Möglichkeiten wie Kajak, Tauchen, Schnorcheln und einen kleinen "Action Wasserpark".

Ihr könnt euch auf einige Aktionen freuen. Wir sorgen dafür, dass Niemand zu kurz kommt. Von Chillen am Strand, Shopping in Pula, Schnorcheln im Meer und verschiedene Sportangeboten ist alles dabei. Der Fahrtpreis beträgt für Mitglieder 610,00 €. Infos und Anmeldungen unter <https://tvolve.de/kroatien.html>

---

### Vereinsbekleidung

Die Vereinsbekleidung wird gerne bestellt und es ist schön zu sehen, wenn die Einzelkämpfer und Mannschaften als Team der Olper Leichtathletik erkannt werden. Wir haben die Abwicklung der Bestellung etwas verändert. Ab sofort gilt folgendes:

- Künftige gibt es folgende Bestellperioden: 01.3. – 31.3.; 01.6. – 30.6.; 01.10. – 31.10.
- Während dieser Zeit besteht in der Geschäftsstelle des TVO die Möglichkeit der Anprobe und Bestellung. Die Bestellformulare und die Bekleidungsmuster für die Anprobe stellen wir zur Verfügung. Wer ohne Anprobe bestellen möchte, schickt die Bestellzettel ebenfalls an die Geschäftsstelle.
- Nach Zusendung der Ware, wird diese sortiert und vereinzelt.
- Die Besteller können die Ware dann zu den Trainingszeiten beim Training abholen.

---

### Die nächsten Wettkämpfe

Nach den beiden Trainingslagern in den Osterferien geht es Anfang Mai in die Freiluftsaison. Die Wettkämpfe im Mai:

- Samstag, 11.5. Hansemeeting in Attendorn Klassen U 10 und älter sowie Kinderleichtathletik
- Mittwoch, 15.5. Kreismeisterschaften Mittel- und Langstrecke in Wenden-Gerlingen
- Mittwoch, 22.5. Bigge Energie Sportfest in Olpe
- Samstag, 25.5. Kreismehrkampfmeisterschaften in Attendorn

# Leichtathletik Olpe

## Freude erleben

<u>Register: Themen zum Nachschlagen</u>	<u>Ausgabe (vom)</u>	
Alkohol und Sport	28	10.08.2015
Aufwärmen (Trainingslehre)	2	24.02.2014
Core – Säule der Kraft	24	04.07.2016
Core – Training	6	20.02.2017
Dehnen (Trainingslehre)	3	03.03.2014
Dehnen – ein bewegungsorientiertes Konzept	18	12.06.2017
Dehnen – Warum Dehnen gar nicht so wichtig ist	18	09.07.2018
DJMM Deutsche Jugendmannschaftsmeisterschaften	4	10.03.2014
Durchgang (Leichtathletikregeln)	24	29.09.2014
Ehrenkodex der Olper Leichtathletik	5	17.03.2014
Entspannungstraining	11	29.03.2016
Faszien, Erkenntnisse im Beweglichkeitstraining	29	17,11,2914
Fehlstart (Leichtathletikregeln)	5	17.03.2014
Fitnessgeräte auf dem Prüfstand	4	10.03.2014
Knieschmerzen – was kann helfen	19	19.06.2017
Kondition (Trainingslehre)	7	31.03.2014
Koordination (Trainingslehre)	8	07.04.2014
Mentales Training	32	08.12.2014
Muskeln – Beinmuskeln	13	26.05.2014
Muskeln – ungeahnte Multitalente	14	02.06.2014
Muskeln – Muskelfasern	9	27.04.2014
Muskeln – Aufbau der Skelettmuskulatur	7	31.03.2014
Muskelkater	25	20.10.2014
Pezziball-Übungen	10	20.03.2017
Plyometrisches Training	27	03.11.2014
Po-Training	37	12.12.2016
Qualifikationsnormen (Leichtathletikregeln)	3	03.03.2014
Rubberband	3	19.01.2015
Rücken – Teil 1	9	07.03.2016
Rücken – Teil 2	10	14.03.2016
Rumpftraining – Rotationsbewegungen	25	11.07.2016
Schnelligkeit – keine Zeit verlieren	15	25.04.2016
Schnelligkeit beginnt im Kopf	26	25.07.2016
Sensomotorik	15	09.06.2014
Staffeldrills (Trainingslehre)	22	15.09.2014
Training hat simple Regeln	3	30.01.2017
Trainings- und Wettkampfplanung, Grundzüge	26	27.10.2014
Windmessung (Leichtathletikregeln)	10	05.05.2014

**Alle Ausgaben sind abrufbar unter [www.skiclub-olpe.de](http://www.skiclub-olpe.de)**